

ガッチャマン/A・セナ/ダリヤお子さま化粧品/西部警察/日ペンの美子ちゃん/夏目雅子

# 昭和40年男

明日への元気と夢を満載!

6月号 2017 June vol.43 [www.s40otoko.com](http://www.s40otoko.com)

定価700円

Born in 1965

2017年5月11日発売(奇数月11日発売) 第6巻第6号(通巻第34号)



【特集】

## 俺たちの死生学



●Profile

武藤頼胡／むとうよりこ  
一般社団法人終活カウンセラー協会代表理事。大手保険会社、人材派遣事業のあるベンチャー企業などに勤務後、2008年退職し独立。葬祭関連企業の社内制度の確立、営業コンサルタント、葬儀社主催セミナー講師、学校の講師などで活躍中。終活カウンセラーの生みの親。“終活”という考えを普及すべく、テレビ、新聞、雑誌などメディアへの掲載多数。セミナー講師として1人ひとりに終活を伝えている

延命治療に関する意思表示 (個別の医療行為に関する意思表示)

① 輸液	(1) 希望する	(2) 希望しない
② 中心静脈栄養	(1) 希望する	(2) 希望しない
③ 経管栄養(胃ろうを含む)	(1) 希望する	(2) 希望しない
④ 昇圧薬の投与	(1) 希望する	(2) 希望しない
⑤ 人工呼吸器	(1) 希望する	(2) 希望しない
⑥ 気管切開	(1) 希望する	(2) 希望しない
⑦ 人工透析	(1) 希望する	(2) 希望しない
⑧ その他の蘇生術	(1) 希望する	(2) 希望しない
⑨ その他の希望		

延命治療とひとりで言っても、その治療は細かく分かれているため、どこまでの治療を希望するかをきちんと示しておく必要がある。上記の他、家族内の決定権優先者(自分の意思を代弁してもらう権限)を書き記すなど、事前指示書には意思を記入しておくことが大切だ

る文書形式を入手し、自己で作成する。医療機関等のホームページでフォーマットを無料で提供しているところがある他、役所で書類を提供してくれる場合も。こちららもまた、年に1回程

7 自助努力で間に合う

度更新することが望ましい。

年金の額は、ねんきん定期便を見ればわかるので、今の生活からどの程度出費を抑えるかのシミュレーションは可能だ。それによって、月々にいくら足りなくなるのかがわかれば、今ならまだ準備は間に合うのである。

また、死を迎えるまでに準備することと言えば、それはお金だけではない。健康でいられるか、一生き合える趣味・友人があるかもとても重要だという。「幸せを研究している人によれば、セカンドライフにとつて大切なのは、お金と生きがい。そして生きがいとは、きょういくときょうようです。教育と教養ではなく、今日行く場所がある、今日用事がある、のふたつがある人は幸せなのです」

健康、趣味、お金。この大切さに気がついた人だけが、幸せな老後に向けた準備を始められるだろう。東日本大震災を経験して、死は必ずしも順番に訪れるものではないと知った。残された人の心の傷を少しでも軽くするため、また自分自身の幸せな老後のため、終活は、今すぐ始めるべきだと言える。

介護保険

介護が必要となった時に知るべきことは実にさまざま

特定施設入居者生活介護の30日  
当たりの自己負担額(1単位10円の場合)

要介護・支援助度	自己負担額	単位
要支援1	5,370円	537
要支援2	9,240円	924
要介護1	1万5,990円	1,599
要介護2	1万7,910円	1,791
要介護3	1万9,980円	1,998
要介護4	2万1,900円	2,190
要介護5	2万3,940円	2,394

在宅介護の自己負担額<訪問介護費>(1単位10円の場合)

	介護時間		自己負担額	単位
	20分未満の場合	20分以上30分未満の場合		
身体介護が 中心である場合	20分未満の場合	20分以上30分未満の場合	1,650円	165
	30分以上1時間未満の場合	1時間以上の場合	2,450円	245
	3,880円	5,640円	388	564
生活援助が 中心である場合	20分以上45分未満の場合	45分以上の場合	1,830円	183
	2,250円	970円	225	97
通院等のための乗車又は降車の介助が 中心である場合				

介護保険制度は、介護が必要になった高齢者やその家族を社会全体で支えていく仕組みとして、40歳以上の人が支払う“保険料”と“税金”とで運営されている。介護保険サービス自体は、自宅や施設など入居している場所に関係なく、要介護認定を受ければ利用可能。要介護認定は予防的な対策が必要な「要支援1~2」と介護が必要な「要介護1~5」の計7区分に分かれている。要介護度、要支援度ごとに利用できる介護保険サービスの限度額は決まっている。

1単位10円が原則だが、地域やサービスの種類によって11.4円まで幅があるため上の表より高くなることも。介護保険で受けられるサービスは大きく分けて①在宅サービス(訪問介護、訪問入浴介護など)、②施設サービス(指定介護老人福祉施設、指定介護療養型医療施設など)、③地域密着型サービス(認知症対応型通所サービスなど)の3つ。これらのサービス利用時に必要な自己負担額の詳細もまた、施設や地域によって細かく異なる

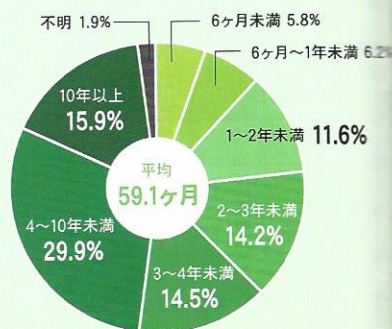
民間介護保険

選べる保障内容や保障条件

未曾有の超高齢化社会を目前に、国が主導する介護保険の内容存続には不安もつきまとう。そこで増えているのが、民間の介護保険の加入者だ。民間の介護保険は、適用されると契約に応じた現金を受け取れる仕組みで、介護保険であれば、要介護状態2以上で介護一時金〇万円、保険金月額〇万円などのサービスが代表的。複数の生命保険会社から販売されているが、保障内容や保障条件など細かい違いが多く、いろいろな種類の商品があるため、どれに加入するかは慎重な判断が必要だ。

商品名	特徴
JA共済 介護共済	公的介護保険に連動してわかりやすい。保障は一生涯
朝日生命 あんしん介護	公的介護保険制度の要介護3以上(年金は最高60万円)
アクサ生命 賢者の備え	死亡・高度障害保障も付いている
あいおいニッセイ同和損保 タフ・介護の保険	公的介護保険の要介護2以上の要介護認定で支払われる
フコク生命 安心ケア	保険料が安く、掛け捨ての保険
アフラック スーパー介護年金プランVタイプ	ニーズに合わせて必要な保障を受け取れる

[要介護の年数]



介護に当たりベッド購入など一時的な費用の合計は平均約80万円。また介護にかかる月々の費用は平均7.9万円となっている。平均介護期間4年11ヶ月(59.1ヶ月)と合わせると合計額は約547万円。公的介護保険があっても大金を自己負担しなければならないことがわかる